

ROS

Tilbud til børn med overvægt

Behandling af børn med overvægt på Børneafdelingen, Regionshospitalet Viborg i Hospitalsenhed Midt

Børneafdelingen, Regionshospitalet Viborg i Hospitalsenhed Midt, tilbyder forløb i ambulatoriet til børn med overvægt.

Forskellige fagpersoner f.eks. sygeplejersker, diætister, læger, psykologer, idrætslærere og foreningsledere indgår i behandlingstilbuddet, hvor udgangspunktet er jeres familie og barn. Det betyder, at uanset hvor mange kræfter I har til livsstilsændring, kan behandlingen planlægges, så det passer til jeres familie.

Vi har et særligt samarbejde med Viborg Kommune og Viborg Idrætsråd.

Hvordan?

Behandlingsprogrammet er sammensat ud fra internationale retningslinjer og fra erfaringer fra Børneafdelingens seneste to års projekter med overvægtige børn i ROS 2010 og 2011.

Ved første besøg i Børneambulatoriet hører vi jeres barns historie og undersøger jeres barn. Dette gør vi for at finde tegn på sygdom, som kan forklare overvægten, og som kræver undersøgelser eller behandling.

Vi giver ikke medicin, man kan tage sig af. Vi vil derimod vise, hvor og hvordan I skal lægge jeres levevis om, for at jeres barn kan tage sig. Det kræver blandt andet store ændringer i kost og fysisk aktivitet. Det vigtigste for, at behandlingen kan lykkes, er jeres indsats som familie.

Hvor?

Behandlingen foregår i begyndelsen ved besøg i Børneambulatoriet B26, Hospitalsenhed Midt på Regionshospitalet Viborg. Senere i forløbet vil der være møder/ aktiviteter uden for Børneafdelingen, som I også skal deltage i.

Det er nødvendigt, at mindst en af jer forældre og jeres barn deltager i besøgene i Børneambulatoriet. Det er endnu bedre, hvis både far og mor er med.

På bagsiden af pjecen er det vist, hvordan et forløb kan være, altså hvor mange gange børn og familier skal møde op i Børneambulatoriet eller til en anden aktivitet.

Hvad kan I forvente?

Hjemme skal I bruge flere kræfter på de daglige måltider og samværet med jeres barn. I kan forvente konflikter og skænderier med jeres overvægtige barn. I skal desuden som voksne lægge jeres egne og søskendes kost- og motionsvaner om, uanset hvad I vejer. For eksempel skal far, der ikke er overvægtig, også spise morgenmad hver dag. Storebror skal ikke sidde foran tv/computer 5 timer om dagen, og lillesøster på 2 år skal ikke spise kiks.

Vi forventer, at de aftaler vi laver for jer og jeres barn i Børneambulatoriet bliver fulgt. Vi forventer også, at I som familie er aktive og åbne overfor de ændringer i jeres levevis, som vi bruger i behandlingen. Begge dele er nødvendige for at I kan regne med, at jeres barn taber sig under behandlingen. Til gengæld vil vi hjælpe jer med denne livsstilsændring.

Der vil være arrangementer som ROS-kokkeskole, hvor man ca. hver anden måned laver mad sammen med andre fra ROS-behandlingstilbuddet på en skole i Viborg. Begge forældre bør deltage første gang. Det foregår uden søskende.

Motivationssamtaler i grupper foregår ca. hver anden måned på Børneafdelingen i dagtiden.

Der vil være mulighed for at blive tilbudt plads på et lukket ROS-idrætshold 2 timer om ugen, hvor barnet vil blive præsenteret for en vifte af forskellige idrætsgrene, f.eks. orienteringsløb, tennis, kajak, amerikansk fodbold, boldspil, forskellige lege og meget, meget mere. Dette foregår på en skole i Viborg.

Udover dette hold forventer vi, at barnet er aktiv i idrætsforening mindst 1 gang mere om ugen. Der ydes hjælp til planlægning samt ideer til dette.

I skal være indstillet på, at man gennem adskillige år har regelmæssig kontakt med Børneafdelingen eller egen læge afhængigt af, hvordan det går.

Hvem kan henvises til behandlingen?

Jeres barn skal henvises til Børneambulatoriet af jeres praktiserende læge.

Før jeres læge kan henvise jeres barn til behandling af overvægt på hospitalet, skal I selv have forsøgt at få jeres barn til at tabe sig. Det er bedst, hvis I har forsøgt i flere måneder sammen med jeres praktiserende læge.

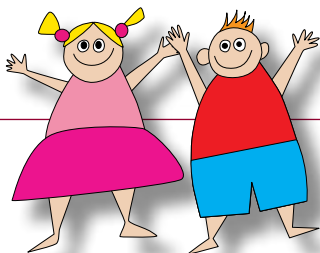
Behandlingen er for børn med forskellige grader af overvægt. Jeres læge skal bedømme det ud fra jeres barns køn, alder, højde og vægt.

Kontakt til Børneafdelingen:

Ved spørgsmål om ROS-behandlingstilbuddet kan I kontakte Børneafdelingen på denne mailadresse: boerneafdelingen@viborg.rm.dk

Skitseret forløb for behandling af overvægt på Børneafdelingen, Regionshospitalet Viborg i Hospitalsenhed Midt

- Børneambulatoriet modtager henvisning fra egen læge.
- Første konsultation i Børneambulatoriet, som har varighed på ca. 1½ time + 1 time til udfyldelse af spørgeskemaer m.m.
 - Hele familien måles og vejes, det overvægtige barn i undertøj.
 - Spørgeskema om motivation udfyldes.
 - Spørgeskema om kost og fysiske aktiviteter udleveres. De skal udfyldes hjemme og afleveres til den første samtale med diætisten.
 - De første aftaler om livsstilsændringer laves.
- Hjemme udfyldes skemaerne om kost og fysisk aktivitet. Familien arbejder med aftalerne.
- Diætistsamtale på Børneambulatoriet (ca. 14 dage efter første konsultation).
 - Varighed ca. 1½ time en formiddag.
 - Der følges op på kostmål fra den første konsultation.
- En gang om måneden afholdes teammøde, hvor personalet planlægger barnets videre forløb. Vi sender skriftlig eller mundtlig besked til familierne om, hvad vi kan anbefale.
- **Et forløb kan indeholde:**
 - Konsultationer i Børneambulatoriet hver 5. uge af en times varighed i dagtid.
 - Fysisk aktivitet 2 timer om ugen på specielt tilrettelagt ROS-idrætshold og aktivitet i lokal idrætsforening mindst 1 gang om ugen.
 - ROS-kokkeskole en aften (kl. 16.30 - 19.30) ca. hver anden måned på en skole i Viborg.
 - ROS-motivationsgrupper ca. hver anden måned af 2 timers varighed i dagtiden på Børneafdelingen



VIBORG
KOMMUNE

VIBORG
IDRÆTSRÅD

Heibergs Allé 4
8800 Viborg
Tlf. 7844 0000

www.hospitalsenhedmidt.dk